

Main table with columns: 日・曜, こんだて名, 血や肉になるもの(赤), 熱や力になるもの(黄), 体の調子をととのえるもの(緑), 調味料 その他, エネルギー(小), エネルギー(中). Rows include items like ビーンズカレー, フレンチサラダ, チーズパン, etc.

調味料

調味料 list including しょうゆ (大豆, 小麦, 塩), みりん (もち米, 米こうじ, 醸造アルコール, アルコール, 糖類), みそ (大豆, 小麦, 塩, 水あめ), 赤ワイン (米発酵調味料, ワイン, ぶどう糖, アルコール, 塩, 果実色素, 香料, 酸味料), しょう油 (大豆粉, 黒こしょう, 小麦粉), ケチャップ (トマト, 砂糖, 酢, 塩, 香辛料, 玉ねぎ, 果糖ぶどう糖液糖).

ウスター(ソース) (果糖ぶどう糖液糖, 砂糖液糖, ビネガー, 塩, オニオン, 香辛料, トマト, カラメル色素, 調味料), デミグラス(ソース) (玉ねぎ, 小麦粉, ラード, トマト, ビーフエキスを砂糖, ワイン, 塩, 香辛料, カラメル色素, 調味料, 酸味料).

オイスターソース (カキエキス, ホタテエキス, 魚醤, 砂糖, カキ, 加工でんぷん, たん白加水分解物, 昆布エキス, 酵母エキス, 塩, 水あめ, 酒精).

カレー (小麦粉, ラード, バーム油, 塩, カレー粉, 砂糖, ぶどう糖, オニオン, ガーリック, トマト, 酵母エキス/パウダー, 香辛料, カラメル色素, とうもろこしでんぷん, なたね油, デキストリン, さつまいも, 白菜エキス, ローストキャベツ).

シチュー (バーム, なたね油, 小麦粉, でんぷん, ミルク, 塩, 白菜, 砂糖, キャベツ, ポーク, 加工油脂, たまねぎ, 調味料, 乳化剤, 香料, カロチン色素).

ホワイトル (小麦粉, ラード, バーム油, 砂糖, ぶどう糖, チキン, 塩, チーズ, 脱脂粉乳, たまねぎ, にんにく, 香辛料).

パイトンタン (豚脂, ポークエキス, 塩, セラチン, でん粉, マッシュルームエキス, 調味料).

トウバンジャン (塩蔵唐辛子, そろ豆加工品, 乾燥唐辛子, 塩, 酒精).

中華スープ (デキストリン, 砂糖, たん白加水分解物, オニオン, 塩, ジンジャー, 魚醤/パウダー, 酵母エキス, 植物油, しょう油, 乳酸発酵酵母エキス, チキン, カラメル色素, 乳酸発酵トマトエキス, ガーリック, 動物油脂).

洋スープ (塩, 砂糖, ぶどう糖, 豚脂, コーンスターチ, でんぷん, 動物油脂, たん白加水分解物, 乳酸発酵酵母エキス, 植物油, トマトエキス, デキストリン, かつおエキス, 酵母エキス, 香辛料, アミノ酸, 酸味料).

和風だし (砂糖, 塩, かつお節, 昆布, たん白加水分解物, アミノ酸).

和風ドレッシング (大豆油, なたね油, 酢, 砂糖, しょう油, 玉ねぎ, 塩, 粒マスタード).

玉ねぎドレッシング (酢, しょう油, 植物油, 玉ねぎ, 砂糖, しいたけ, かつおだし, にんにく).

クリーミーごまドレッシング (砂糖, 酢, しょう油, ごま, 塩, ホワイトペッパー).

(ノンエッグ) マヨネーズ (なたね油, コーン油, バーム油, 酢, 水あめ, 塩, 大豆粉, 香辛料, レモン果汁, こんにゃく粉, 植物性たん白).

七味唐辛子 (唐辛子, 陳皮, ごま, 山椒, 青のり, ケシの実, しょう油).

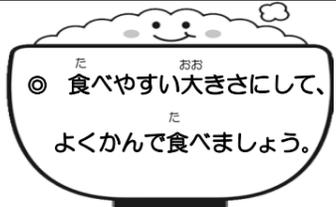
ゆかり (塩蔵赤しそ, 砂糖, 塩, 酵母エキス, 酸味料).

ガーリック (ガーリック, でん粉, 塩, 調味料, 増粘剤).

アセロラジュレ (水あめ, 砂糖, アセロラ果汁, りんご果汁, 加工でん粉).

りんごジャム (水あめ, 砂糖, りんご, ゲル化剤, 酸味料).

みかんクレープ (豆乳, 加工油脂(ヤシ・なたね), みかん果汁, 砂糖, 植物油(米・大豆), 米粉, 水あめ, 大豆粉, レモン果汁, 小麦不使用しょう油, 加工デンプン, 香料).



◎ 牛乳は毎日つきます。 ◎ 点線のカッコ内に書かれているものが加工品の原材料です。 ◎ 食材の横に ○ 書きでアレルギー表示を行っています。

【高崎給食センターの取組】
★「ベジ活の日」1日にとりたい野菜の量は350gです。130g以上の野菜を使った献立の日を「ベジ活の日」として紹介します。
★「ひむか地産地消の日」毎月16日を「ひむか地産地消の日」として、宮崎県産の食材を紹介します。
今月16日に使用する宮崎県産の食材は、「ぶたにく、しいたけ、キャベツ、さつまいも」です。

※ 食材入荷の都合により、献立及び食材を変更する場合があります。
その際は事前にお知らせします。